



Herausgeber:  
LG Mettenheim e.V.  
Fichtenring 4  
84562 Mettenheim  
www.LGMettenheim.de  
lgmettenheim@lgmettenheim.de  
Für den Inhalt verantwortlich: Karl Bruckbauer  
Erscheint zweimonatlich

# LG INFO

**Mai/Juni 2013**

## Herzlichen Glückwunsch

zum Geburtstag:

<b>10 Jahre</b>	Schmid Barbara	14.05.
	Kurzlechner Quirin	14.06.
	Stutzriem Simon	18.06.
	Freigang Ronja	19.06.
<b>20 Jahre</b>	Holzmann Franziska	19.05.
	Stark Silvia	01.06.
	Ring Alexander	06.06.
<b>40 Jahre</b>	Gmähle Peter	28.05.
<b>50 Jahre</b>	Adelmann-Gafus Elisabeth	06.05.
	Budik Sonja	12.05.
	Zehethofer Johann	20.05.
	Gamvrlis Gabriele	07.06.
<b>60 Jahre</b>	Schreiber Renate	12.06.

## Herzlich willkommen

die neuen Mitglieder:

Bley Andreas, Inge und Susanne	Töging
Costa Julian und Sina	Mettenheim-Hart
Grahovac Lea-Dara	Ampfing
Haindl Otmar	Mettenheim-Hart
Hausner Laura und Leo	Mühldorf
Lanzl Heinrich	Mühldorf
Schwarting Thomas	Mettenheim-Hart
Sinnhuber Franziska u. Luisa	Mettenheim
Thalhammer Günther	Mettenheim-Hart
Thalhammer Lisa	Mettenheim-Hart
Thalhammer Nico	Mettenheim-Hart
Thalhammer Sonja	Mettenheim-Hart
Zecho Christian	Mettenheim-Hart

## Laufen

Nähere Infos und weitere Termine auf unserer Homepage unter: [www.alleelauf.de](http://www.alleelauf.de)

<b>01.05.2013</b>	Heimlauf um 10.00Uhr bei Hans Kienzl in Holzhausln bei Stefanskirchen/Ampfing (08636/690918)	
<b>01.05.2013</b>	Wallberg-Berglauf, Rottach-Egern	<a href="http://www.berglaufpur.de/wallberglauf_ausschreibung.html">http://www.berglaufpur.de/wallberglauf_ausschreibung.html</a>
<b>01.05.2013</b>	Halbmarathon, Burghausen	<a href="http://s228903088.online.de/">http://s228903088.online.de/</a>
<b>01.05.2013</b>	Frühjahrslauf Dachau	<a href="http://www.asv-dachau.de">www.asv-dachau.de</a>
<b>04.05.2013</b>	Münchner-Kindl-Lauf	<a href="http://www.muenchner-kindl-lauf.de/">http://www.muenchner-kindl-lauf.de/</a>
<b>05.05.2013</b>	Halbmarathon München	<a href="http://www.halbmarathon-muenchen.de">www.halbmarathon-muenchen.de</a>
<b>05.05.2013</b>	Wasserburger Lauf (Benefizlauf)	<a href="http://www.wasserburgerlauf.de">www.wasserburgerlauf.de</a>
<b>08./09.05.2013</b>	24 Stunden-Lauf München	<a href="http://www.sog-events.de">www.sog-events.de</a>
<b>10.05.2013</b>	"Die Rauschbergmeile" Ruhpolding	<a href="http://www.sv-ruhpolding.de/strassenlauf/">www.sv-ruhpolding.de/strassenlauf/</a>
<b>12.05.2013</b>	Seebachmeeting, Bayern-Lauf-Cup 4. Lau	<a href="http://www.langstreckenteam.de">http://www.langstreckenteam.de</a>
<b>12.05.2013</b>	HM Traunstein	<a href="http://www.tv-traunstein.de/">http://www.tv-traunstein.de/</a>
<b>18.05.2013</b>	<b>LG-Bahnlauf-Vereinsmeisterschaften</b> Sportanlage Mittelschule Mühldorf-Nord	
	Meldungen bis 11.5. bei Forster Hermann unter: <a href="mailto:forsterh@t-online.de">forsterh@t-online.de</a> oder 08631/94222	
<b>19.05.2013</b>	Hochgernlauf, Oberwössen	<a href="http://www.hochgernlauf.de/">http://www.hochgernlauf.de/</a>
<b>19.05.2013</b>	Bayerische Marathonmeisterschaften in Würzburg	
<b>20.05.2013</b>	Pfingstbaumrennen auf die Riesenhütte	<a href="http://pfingstbaumrennen.com/">http://pfingstbaumrennen.com/</a>
<b>25.05.2013</b>	Stoisseralm-Berglauf, Anger	<a href="http://www.sc-anger.de/leichtathletik/stoisser-alm-lauf">www.sc-anger.de/leichtathletik/stoisser-alm-lauf</a>
	<b>LG-Berglauf-Vereinsmeisterschaften.</b> Meldungen bis 24.5. online unter: <a href="http://www.anmeldung.kimrei.de">www.anmeldung.kimrei.de</a>	
	oder bis 23.5. Email an: <a href="mailto:stefan-heigl@web.de">stefan-heigl@web.de</a> Der Verein übernimmt die Startgebühr.	
<b>02.06.2013</b>	Altöttinger Dultlauf	<a href="http://www.leichtathletik-altoetting.de/">http://www.leichtathletik-altoetting.de/</a>
<b>08.06.2013</b>	Presse-Meile Altötting	<a href="http://www.presse-meile.de/">http://www.presse-meile.de/</a>
<b>09.06.2013</b>	<b>Mettenheimer Alleelauf, Bayern-Lauf-Cup 5. Lauf</b>	
<b>15.06.2013</b>	City-Lauf Rosenheim	<a href="http://www.rosenheimer-citylauf.de">www.rosenheimer-citylauf.de</a>
<b>15.06.2013</b>	Sommernachtslauf Bad Birnbach	<a href="http://www.tvbadbirnbach.de/">www.tvbadbirnbach.de/</a>
<b>21.06.2013</b>	Höglberglauf, Ainring	<a href="http://www.sc-ainring.de">www.sc-ainring.de</a>
<b>23.06.2013</b>	Stadtlauf München	<a href="http://www.sportscheck.com/event">www.sportscheck.com/event</a>
<b>29.06.2013</b>	Dorflauf Inzell	<a href="http://www.sc-inzell.de/">http://www.sc-inzell.de/</a>
<b>29.06.2013</b>	Brixen-Dolomiten-Marathon	<a href="http://www.brixenmarathon.com/de/news-media/aktuelles.html">http://www.brixenmarathon.com/de/news-media/aktuelles.html</a>

Läufer-Stammtisch jeweils am 2. Dienstag des Monats im "Cafe Seinerzeit" (14.5. + 11.6.)

## Walking / Nordic-Walking

Leiter: Rainer Schönege 08631/166338, Mail: [Rschoenegge@aol.com](mailto:Rschoenegge@aol.com)

<b>01.05.2013</b>	Longwalk Rainer (Treffpunkt um 8.30 Uhr Parkplatz Stadtwall, Mühldorf bei Schönege), Walker Cup	
<b>09.05.2013</b>	Waging 5 und 10km, Walker Cup	
<b>11.05.2013</b>	Eggldham 6 - 10 - 20km, Walker Cup	
<b>09.06.2013</b>	<b>Alleelauf (5km); Die Walker übernehmen das Kuchen/Kaffee Buffet</b>	
<b>29./30.06.2013</b>	Perach 5 und 10km, Walker Cup	
<b>14.-19.06.13</b>	Ausfahrt an den Genfer See	14.05.2013 Stammtisch beim Kreuzer Wirt
<b>22.06.2013</b>	Mozart 100	11.06.2013 Stammtisch beim Kreuzer Wirt
<b>23.06.2013</b>	Marathon Gallsbach	

## 26. Mettenheimer Alleelauf

Ansprechpartner: K. Bruckbauer 08631/1675958 o. [LGmettenheim@LGmettenheim.de](mailto:LGmettenheim@LGmettenheim.de)

Die Vorbereitungen für den Mettenheimer Alleelauf laufen bereits auf Hochtouren.

Wir bitten wieder um Mithilfe aller Vereinsmitglieder bei dieser großen Veranstaltung.

Meldet euch bitte bei den zuständigen Bereichsleitern oder bei Karl Bruckbauer.

Die Helfer sollen das rote Jubiläumsshirt "25 Jahre LG Mettenheim" tragen!

Samstag, **8.06.2013**

Vorbereitungsarbeiten Startunterlagen, Außenbereich, etc.

Sonntag, **9.06.2013** ab 06.00 Uhr

Letzte Vorbereitungen

Sonntag, **9.06.2013** ab 09.00 Uhr

Wettbewerbe

Nach den Wettbewerben und Siegerehrungen, gemeinsames Aufräumen und Reinigen.

Sonntag, **9.06.2013** um 19.00 Uhr

Läufergottesdienst in der Pfarrkirche Mettenheim

Freitag, **14.06.2013** ab 20.00 Uhr Helferparty



Über die Mitnahme von Kuchen o. Gebäck zum Alleelauf und Helferfest würden wir uns wieder sehr freuen.

### Vereinsmeisterschaft der Schüler

**09.06.2013**

Im Rahmen des Alleelaufs findet die **Schüler-Vereinsmeisterschaft** des LG Mettenheim statt. Alle Kinder und Schüler des LG Mettenheim, die am Alleelauf erfolgreich teilnehmen, erhalten ein kostenloses T-Shirt. Der Verein übernimmt die Startgebühr.

### Termine Rad

Ansprechpartner: Ralph Edelmann 08631/5273, Mail: [ralph\\_edelmann@web.de](mailto:ralph_edelmann@web.de)

**Montags**

Radtraining Erwachsene (RR, MTB) – 18:30 Kindergarten Mettenheim

**Mittwochs**

MTB-Training Schüler / Jugend – 17:00 Waldparkplatz Mettenheim

**01.05.2013**

LG-Saisoneroöffnungstour Rennrad - 9:00 KiGa Mettenheim, 09:15 Hallenbad Mühldorf

>>> Ebenfalls am 1. Mai unternimmt die MTB/Treckingrad-Gruppe eine Radltour nach Altötting, Emmerting, Markt und auf dem Inn-Radweg zurück. Abfahrt 10.00 Uhr KiGa Mettenheim-Hart, 10.15 Uhr Hallenbad Mühldorf. Es wird auf Radwegen und verkehrsarmen Straßen gefahren. Gesamtstrecke ca. 75 km.

Die Tour findet nur bei regenfreier Witterung statt. Tourenleiter: Karl Bruckbauer (08631/1675958)

**04.05.2013**

**LG MTB-Rennen mit Vereinsmeisterschaft MTB**, Kreismeisterschaft MTB des LK Mdf., Pölz-Cup, Ecksberg

Ausschreibung: [www.alleelauf.de](http://www.alleelauf.de) Meldeschluss: 01.05.2013 Keine Startgebühr für Vereinsmitglieder

**05.05.2013**

Achensee-Radmarathon, Achenkirch (A)

**10.05.2013**

LG MTB-Tour Sachrang - Priener Hütte

**26.05.2013**

Amadé-Radmarathon, Radstadt (A)

**27.05.2013**

LG MTB-Tour Anger - Stoissersalm

**09.06.2013**

Glocknerkönig, Fusch (A)

**15.06.2013**

LG MTB-Tour "Kurz-Transalp" (1 Tag od. 2 Tage) (15.-16.06.2013)

**16.06.2013**

Rosenheimer Radmarathon, Rosenheim

**22.06.2013**

LG MTB-Tour um Wendelstein & Schlierseer Berge (22.-23.06.2013)

**30.06.2013**

5-Seen-Radmarathon, Mondsee (A)

**Samstag, Sonntag, Feiertag**

Rennradtouren je nach Wetter, Ankündigung per E-Mail und Homepage

**Termin offen**

MTB-Fahrtechnik-Kurs

### Dua/Triathlon

Ansprechpartnerin Kirsten Stark, Tel.: 08631/ 8696, Mail: [kirsten.stark@googlemail.com](mailto:kirsten.stark@googlemail.com)

**01.05.2013**

26. Volks- u. Raiffeisenbank Citytriathlon Amberg, [www.wechselszene.com](http://www.wechselszene.com)

**05.05.2013**

20. Braunauer Sprinttriathlon (Einzel- u. Staffelwettbewerb), [www.tribraunau.com](http://www.tribraunau.com)

20. Kraillinger Duathlon u. Volksduathlon, Hauptwettkampf: Bayerische/ Oberbayerische Meisterschaft

**07.05.2013**

1. Schwimm- u. Lauftraining für Kinder (2 Gruppen) im Mühldorfer Freibad bei Oli Maier (08639/707667)

**08.05.2013**

1. Triathlonschwimmtraining für Erwachsene im Mühldorfer Freibad bei Gary Sperber (08631/14353)

Stammtisch im Goa, Mühldorfer Stadtplatz

**14.05.2013**

Koppeltraining an der Mittelschule Mühldorf-Nord bei Miche Dresl (08631/140052)

**26.05.2013**

Falkenstein, Powerman Germany, DM Duathlon LD u. Sprintdistanz, [www.powerman-germany.org](http://www.powerman-germany.org)

**01.06.2013**

Trimotion Saalfelden Half, [www.trimotion.at](http://www.trimotion.at)

**02.06.2013**

Trimotion Saalfelden Kids, [www.trimotion.at](http://www.trimotion.at)

**04.06.2013**

Koppeltraining an der Mittelschule Mühldorf-Nord bei Miche Dresl (08631/140052)

**12.06.2013**

Stammtisch im Goa, Mühldorfer Stadtplatz

**21.06.2013**

**26. Rabendener Triathlon, Vereinsmeisterschaft**

Keine Startgebühr für Vereinsmitglieder

**Anmeldungen nimmt Kirsten ab sofort bis Ende Mai entgegen.**

**22.06.2013**

Alpen Triathlon Schliersee-Spitzingsee (Einzel- u. Staffelwettbewerb), [www.alpen-triathlon.de](http://www.alpen-triathlon.de)

**23.06.2013**

Stadtriathlon Erding über OD (Einzel- u. Staffelwettbewerb), VD sowie Schüler- u. Jugenddistanzen

**25.06.2013**

Koppeltraining an der Mittelschule Mühldorf-Nord bei Miche Dresl (08631/140052)

**30.06.2013**

**2. Chiemsee Triathlon, MD u. OD (jeweils Einzel u. Staffelwettbewerb), [www.wechselszene.com](http://www.wechselszene.com)**

**Vereinsmeisterschaft und BM über die Mitteldistanz**

### Termine Bergwandern:

**25.05.2013**

Stoissersalm (1.272m); Anger; ca. 7 km; HD 670m; 3,5 Std; für Kinder geeignet; Leitung: Michael Haferkorn

**16.06.2013**

44. Koasamarsch, Ebbs (A); Strecken: 42 km (HD 1.460m); 20 km (HD 870m); 12 km und 5 km  
Startgebühren: mit Medaille 10 € bzw. 4 €; ohne Medaille: 6 € bzw. 1,50 €; Meldeschluss: 12.06.2013;  
auch für Walker und Trail-Runner bestens geeignet; Leitung: Michael Haferkorn

Nähere Infos und weitere Termine auf unserer Homepage oder sind bei Michael Haferkorn (Tel.: 08631/4983) erhältlich.